

# Det vårdas för framtiden...

Välkommen till en aktiv vårdcentral där hälsan är ledstjärna såväl i vården som i det förebyggande arbetet och den framtida utvecklingen. Vår invigningsvecka är full av spännande föredrag och aktiviteter för att inspirera och informera.

Välkomna!



En ny vårdcentral med extra fokus på kvinnors hälsa!

**OBS!** Biljetter finns att boka i receptionen eller per telefon. Max 50 personer per föredrag/aktivitet. Först till kvarn!

FREDAG  
24/9

**Vårdcentralen öppen för visning från klockan 13.00**

**Invigning med Alexandra Charles kl. 14.30**

Grundare av 1,6/2,6 miljonerklubben, vars ändamål är att verka för forskning och ökad kunskap om kvinnors hälsa och sjukvård.



LÖRDAG  
25/9

**Öppet hus kl. 11.00 - 15.00**

Olika stationer med info om vårt utbud och erbjudande. Vi bjuder på förfriskningar.

**Prickmottagning kl. 11.00 - 15.00**

Kontrollera dina bruna fläckar. Firouz Hashim, specialist i dermatologi.

SÖNDAG  
26/9

**Det Ljuva Livet kl. 15.00**

En teaterföreställning om kärlek, arbete och helhet och om att få livspusslet att gå ihop. Av & med Görhan Hellström, skådespelare och författare.

MÅNDAG  
27/9

**Kvinnohjärtat kl. 18.30**

Om kvinnors hjärtsviktssjukdomar. Maria Schaufelberger, docent, specialist i kardiologi, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

TISDAG  
28/9

**Nu eller aldrig, för dig som fyller 65 år kl. 16.00**

Ta koll på din livsstil med Hälsolyftet. Elin Johansson och Gertrud Olsson, hälsopedagoger, Primärvården Göteborg-Hisingen.

**Tankens kraft - att göra det omöjliga möjligt kl. 18.30**

Mikael Andersson, var dömd till ett liv på institution när han föddes armlös och benlös i mitten av sextiotalet. Idag är han en framgångsrik föreläsare, gift fyrbarnsfar och egen företagare.

ONSDAG  
29/9

**Cancer och livsstil, den senaste forskningen kl. 18.00**

Alicja Wolk, professor, Institutet för miljömedicin (INM).

TORSDAG  
30/9

**Kan man hålla kärleken vid liv fast man inte har tid? kl. 18.30**

Carl-Otto Evers, dramatiker, konstpedagog och parterapeut.

Många aktiviteter och föreläsningar hela hösten och våren! (se baksida)

**Vårdcentralen Eriksberg**

En aktiv vårdcentral med extra fokus på kvinnors hälsa.

# Ta koll på din hälsa...

Som ett led i det hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande arbetet hälsar vi er välkomna till höstens och vårens inspirerande föreläsningar och aktiviteter.

Välkomna!



**OBS! Biljetter finns att boka i receptionen eller per telefon. Max 50 personer per föredrag/aktivitet. Först till kvarn!**

## OKTOBER

TISDAG  
5/10

**1,6/2,6 miljonerklubben kl. 18.00**

Eva Rice, Jenny Arvidius. Presentation av vårdcentralen med fokus på kvinnors hälsa. Möjlighet att göra en egen hälsoprofil.

**Sömn- och stresskola startar kl. 18.30**

Skolan leds av Ann Karlton och Wanja Jällbrink, distriktsköterskor och kognitiva psykoterapeuter. Följande träffar: 12/10, 19/10, 2/11, 9/11. Se särskilt program.

TISDAG  
26/10

**Blir man sjuk av stress? kl. 18.30**

Lilian Wiegner, överläkare på Institutionen för stressmedicin, ISM.

## NOVEMBER

TISDAG  
2/11

**Personcentrerad hjärtsjukvård kl. 18.30**

Ny metod att vårda och rehabilitera vid hjärtsjukdom. Kerstin Dudas, med. doktor, sjuksköterska och forskare.

TISDAG  
16/11

**Det är alltid lugnt, allt annat är ett missförstånd kl. 18.30**

Om nutidsmänniskans ångest och oro när hon försöker hantera sitt liv. Håkan Andersson, specialist i psykiatri.

## DECEMBER

TISDAG  
7/12

**Glömsk eller dement? kl. 18.30**

Sonja Klingén, specialist i psykiatri, verksamhetschef Neuropsykiatri, Sahlgrenska Universitetssjukhuset. Lena Janmarker, specialistsjuksköterska psykiatri, Primärvården Göteborg-Hisingen.

## 2011 JANUARI

TISDAG  
25/1

**Benskörhet- den osynliga sjukdomen kl. 18.30**

Vad kan vi göra själva för att förhindra frakturer? Mona-Lisa Svensson, ordförande i Riksföreningen för osteoporotiker (ROP).

## FEBRUARI

TISDAG  
8/2

**Lönar det sig att ta koll på sin livsstil? kl. 18.30**

Ann Blomstrand, specialist i allmänmedicin, projektledare VG regionen.

TISDAG  
22/2

**Min resa med prostatacancer kl. 18.30**

Lars Eliason, Prostatacancerförbundet.

## MARS

TISDAG  
8/3

**Att förebygga stroke, akutbehandla och rehabilitera kl. 18.30**

Senaste nytt med Christian Blomstrand, professor emeritus, Strokeforskningsgruppen Sahlgrenska Akademien.

TISDAG  
22/3

**Att få syskon, ett kärleksdrama kl. 18.30**

Antonia Reuter, leg. psykolog och leg. psykoterapeut, Mödra- och barnhälsovårdsenheten.

## APRIL

TISDAG  
5/4

**Balansnycklar - öppnar dörrar till ett rikt liv kl. 18.30**

Gunilla Torstensson, yrkeskvinna och småbarnsmamma delar med sig av balansnycklar hon själv skapat och använder för att få ihop livspusslet.

TISDAG  
12/4

**Kvinnors lust kl. 18.30**

Lene Chidekel, specialist i obstetrik och gynekologi, leg. psykoterapeut, Primärvården Göteborg.

TISDAG  
26/4

**Kroniskt obstruktiv lungsjukdom (KOL) - en av våra stora folksjukdomar kl. 18.30**

Jörgen Thorn, docent, specialist i allmänmedicin, Primärvården Göteborg-Hisingen.

## MAJ

TISDAG  
10/5

**Varför är farmor så ängslig? Är det normalt åldrande eller depression? kl. 18.30**

Maria Magnil, specialist i allmänmedicin, doktorand, Primärvården Göteborg-Hisingen.

**Datum och tid för kommande föredrag meddelas senare.**

## Vårdcentralen Eriksberg

En aktiv vårdcentral med extra fokus på kvinnors hälsa.